



KOSTENLOSE SPORTANGEBOTE IM FREIEN IN LÜBECK

Veröffentlicht am 22.05.2023 um 10:00 Uhr

Auf die Plätze, fertig, los! Von Anfang Juni bis Ende August 2023 geht's wieder rund in den Lübecker Parks. Schon in der dritten Sommersaison lädt der Bereich Schule und Sport gemeinsam mit dem Turn- und Sportbund zu kostenlosen Sportangeboten im Freien ein.

Die Vielfalt ist groß und der Spaß steht im Vordergrund bei den ca. einstündigen Trainingseinheiten, die von erfahrenen Übungsleiter:innen der Lübecker Sportvereine und der Marli GmbH gestaltet werden. Ob jung oder alt, sportlich oder weniger sportlich, mit oder ohne Beeinträchtigung: alle Lübecker:innen und Gäste der Hansestadt Lübeck sind herzlich eingeladen, beim Sport im Park dabei zu sein.



/ Foto: Pixabay

Die Übungsleiter:innen stehen in den Startlöchern und freuen sich auf viele Teilnehmer:innen. „Sport im Park ist ein tolles niedrigschwelliges Projekt mit vielen interessanten Angeboten. Wir sind zum ersten Mal dabei und freuen uns über alle, die Lust haben Taido/Fit mit Kampfsport und Aikido auszuprobieren“, so Piet Sach vom Uni-Dojo Zanshin e.V..

Zusätzlich finden am 1. Juli und 26. August zwei inklusive Aktionstage im Drägerpark statt. Unter dem Motto „Alle aktiv! – Gemeinsam in Bewegung!“ veranstalten die Marli GmbH und die Diakonie Nord Nord Ost in der Zeit von 13 Uhr bis 17 Uhr sportliche Spiele für alle.

Wer Lust darauf hat, sich gemeinsam mit anderen an der frischen Luft zu bewegen, kann vom 1. Juni bis zum 31. August 2023 zwischen folgenden Angeboten wählen:

Montags:

Eltern-Kind-Ballsport-(Vor)Schule, 16 Uhr, Mühlbachtal (Kücknitz)

Bewegung und Koordination, 18 Uhr, Krähenteich-Wiese

Fit mit Kampfsport, 18:30 Uhr, Grünfläche am Wakenitzufer

Dienstags:

Boule, 11 Uhr, Brüggmanngarten (Travemünde)

Zumba für alle, 13 Uhr, Stadtpark

Parkour, 15 Uhr, Carlebach-Park

Ganzkörpergymnastik, 17 Uhr, Drägerpark

Aikido, 18:30 Uhr, Drägerpark

Mittwochs:

Rückenfit, 10 Uhr, Brügmanngarten (Travemünde)

Laufen und Athletik, 17:30 Uhr, Stadtpark

Donnerstags:

Fit im Alltag, 9 Uhr, Broilingplatz

Bewegungsfreude am Meer, 10:30 Uhr, Brügmanngarten (Travemünde)

Fußball für alle, 13 Uhr, Sportzentrum Falkenwiese

Fitness mit Musik, 17 Uhr, Stadtteilpark Wiesental (Buntekuh)

Capoeira Angola, 18:30 Uhr, Lunapark (Hanseplatz)

Freitags:

Bewegung für alle Generationen, 10:30 Uhr, Sportzentrum Falkenwiese

Zeit für DICH - Entspannung zum Wochenausklang, 18 Uhr, Brügmanngarten (Travemünde)

Samstags:

Laufen und Yoga, 10 Uhr, Stadtteilpark Wiesental (Buntekuh)

Eine Anmeldung ist nicht erforderlich. Weitere Information sind online abrufbar unter www.luebeck-bewegt-sich.de.

Anbieter sind der Bereich Schule und Sport und der Turn- und Sportbund Lübeck in Kooperation mit Lübecker Sportvereinen, der Marli GmbH und der Diakonie Nord Nord Ost. Die Sport- und Bewegungsangebote werden im Rahmen des landesweiten Projekts „Sport im Park“ des Landessportverbands Schleswig-Holstein mit Unterstützung der AOK NordWest umgesetzt.